WYCHOWANIE FIZYCZNE W SZKOLE
1935-6—N 7
WARSZAWA

ZAGADNIENIE SPORTU SZKOLNEGO [1)]

Na uporządkowanie czeka jeszcze niejedna dziedzina naszych prac, a kto wie, czy nie najpilniejszą, nie najboleśniejszą jest sprawa sportu szkolnego. Wprawdzie na łamach prasy ucichły ostre, nieprzyjemne, a często pewnie nieprzemyślane napaści na szkołę i władze szkolne. Poważniejsi pisarze sportowi bardzo wyraźnie mówią, że jednak sport pozaszkolny nie zasłużył na to, aby mu oddać młodzież szkolną. Tem niemniej sprawa sportu szkolnego czeka załatwienia, gdyż w stanie dzisiejszym jest ona naprawdę bolesną raną.

Tak zresztą rozumują działacze sportowi, wołający: „musi powstać samodzielny sport szkolny!"; tak też i wychowawcy fizyczni, usiłujący organizować szkolne kluby sportowe. Wiadomo przecież powszechnie, że dwukrotnie już doroczne zjazdy wizytatorów i instruktorów w. f. opowiedziały się bardzo mocno za zorganizowaniem sportu szkolnego. Fachowcy zatem, najbardziej do tego powołani, wołają tak samo, jak działacze sportowi poza szkołą: „winien być zorganizowany sport szkolny, stojący obok sportu pozaszkolnego". Wprawdzie Ministerstwo Oświaty, nie dysponując na ten cel żadnemi funduszami, nie podjęło dotychczas żadnej akcji około zorganizowania i ożywienia szkolnego życia sportowego; może składają się na to i inne jakieś przyczyny — nie wiemy, ale to nie zmienia postaci rzeczy: Śląsk, Kraków, Lublin, Wilno, Wołyń i Warszawa organizują kluby sportowe młodzieży szkolnej, a urządzane w ubiegłych latach ogólnopolskie zawody młodzieży szkolnej w sportach zimowych (Wilno) i w pływaniu (Warszawa) wykazują istnienie bardzo mocnego sportu szkolnego. Możemy więc śmiało stwierdzić, że punkt ciężkości sprawy nie leży w ćwicze-

1) Patrz artykuły w „Wychowaniu Fizycznem w Szkole" — rocznik 1934/35, str. 78 i 139.

niach sportowych, nie w „sportowaniu", nawet nie w organizowaniu zawodów sportowych, ale poprostu w zorganizowaniu sportu szkolnego. Analogicznie do dorosłego społeczeństwa, gdzie setki tysięcy uprawia piłkę nożną, a tylko pewien procent należy do zorganizowanego sportu, należy i wśród młodzieży szkolnej, która sportuje masowo, zorganizować sport szkolny. To jest jasne.

Jeżeli jednak zapytamy kogokolwiek czy to z pośród działaczy sportowych, czy z pośród wychowawców fizycznych, w jakim to celu mamy uczynić, napewno zdania się rozstrzelą, napewno sprawa zaciemni się, a zdania wychowawców fizycznych wyraźnie znajdą się w sprzeczności ze zdaniami działaczy sportowych. Nawet człowiek stojący na jednem z najwyższych stanowisk w świecie sportowym, Dyrektor P. U. W. F. i P. W. p. Generał Olszyna-Wilczyński, sprawił niespodziankę jednym i drugim, publikując swój wywiad, w którym oświadczył, że „sport szkolny, licząc się z nieukształtowanym jeszcze i niedokończonym rozwojem fizycznym młodzieży, musi mieć ponad wszelką wątpliwość charakter dopiero przysposobienia sportowego", — a więc jakby przedszkola sportu. Pozwolę sobie zauważyć, że ogromna większość młodzieży szkolnej zadowala się tem „przysposobieniem sportowem" i znajduje je w ramach lekcyj ćwiczeń cielesnych, prowadzonych normalnie przez szkołę, bądź też w ramach tak zwanych zajęć popołudniowych. Jest jednak pewna część młodzieży, która czy to przez specjalne zamiłowanie, czy też przez specjalne warunki fizyczne, czy wreszcie przez wysoką ambicję sportową nie znajduje zadowolenia w takiem sportowaniu, pielęgnuje kult wysiłku, stara się osiągnąć coraz lepsze rezultaty i poszukuje wyżycia się sportowego na drodze współzawodnictwa. Młodzież ta, nie znajdując ujścia na terenie szkoły, poprostu ucieka do klubów sportowych, aby choć pod przybranem nazwiskiem móc ćwiczyć obok „Kusego", a marzeniem jej jest pobiec z „Nim" na bieżni choć kilkanaście metrów. Będzie się potem jeden z drugim przechwalał, że biegł aż 10 kroków w takim samym rytmie, jak „Kusy" i będzie marzył o tem, jak po iluś tam latach pracy, pracy ciężkiej, żmudnej, stanie na bieżni, jako współzawodnik i przyjdzie na drugiem miejscu, tuż za „Kusym"; nawet nie chce go pobić, ale przyjść drugim! To zawodnicy sportowi, to młodzież, którą, trzeba powiedzieć prawdę, sami tak właśnie wychowaliśmy, kultywując współzawodnictwo we wszystkich dziedzinach pracy szkolnej. Tej młodzieży, zwłaszcza dlatego, że to my, wychowawcy-nauczyciele, pchnęliśmy ją na tę drogę, należy stworzyć właściwe warunki dla zaspokojenia jej ambicji, jej chęci walki, jej potrzeby doskonalenia swych wyników do granic możliwo-

ści ludzkiej. Naturalnie nie każdy uczeń, czy uczennica bądź ze względu na stan zdrowia, bądź z innych powodów, może bezpiecznie poddać się treningowi, zmierzającemu do poziomu dorosłych sportowców i dlatego p. Generał Olszyna-Wilczyński słusznie przestrzega przed współzawodnictwem z dorosłymi, ale wiemy przecież doskonale z własnego doświadczenia i z wyników młodzieży, która doskonale daje sobie radę w walce z dorosłymi sportowcami, a częstokroć nawet przewyższa ich. Takimi zawodnikami sportowymi dzisiejsza szkoła nie zajmuje się wcale, natomiast zajmują się nimi gorliwie kluby sportowe, w których młodzież ta szuka ujścia dla swojego „instynktu sportowego", a że kluby często są prowadzone zupełnie źle, że eksploatują swoich zawodników wprost w zbrodniczy sposób, przeto i młodzież, a może właśnie przedewszystkiem młodzież, pada ofiarą owej rabunkowej gospodarki siłami ludzkiemi. A gdy kilkakroć zdarzało mi się pytać mecenasów klubowych, dla czyjego dobra zrabowano i zniszczono zdrowie chłopca czy dziewczyny, odpowiadano mi, że honor klubu, honor okręgu, albo nawet honor Polski wymagał ciągłego startowania zawodnika. Nadmiaru wysiłku nie wytrzymał i zmarniał, to trudno, jest to ofiara na ołtarzu obowiązku, honoru i t. p. Tu właśnie rozchodzą się drogi działaczy sportowych i wychowawców fizycznych. Jedni i drudzy pracują nad podniesieniem sprawności swoich wychowanków do możliwie wysokich granic, ale kiedy dla sportowca drogowskazem w pracy są uzyskiwane przez zawodnika punkty, dla wychowawcy fizycznego jedynie zdrowie wychowanka jest wskazówką, która pozwala na wzmożenie pracy albo zmusza do jej ograniczenia, a nawet całkowitego zawieszenia.

Porządkujmy swe prace. Zdajmy sobie dokładnie sprawę z tego, co chcemy osiągnąć. Mówmy otwarcie nawet o najdrażliwszych sprawach. Organizując międzyszkolne kluby sportowe, musimy również nazwać rzecz po imieniu. Poprostu pragniemy zebrać tę młodzież, która nie znajduje ujścia dla swych „instynktów sportowych" w normalnem życiu szkolnem, która wyraźnie zupełnie pragnie zawodniczenia sportowego i która szuka go obecnie poza szkołą. Młodzież ta winna w klubie szkolnym znaleźć nietylko warunki do ćwiczenia swej sprawności cielesnej, nietylko musi mieć możność podnoszenia swych wyników, jak najwyżej, ale także we współzawodniczeniu musi wychować w sobie chęć walki i chęć zwycięstwa, umiłowanie wysiłku i wolę wytrwania.

Mniejsza o to, czy wierzymy w przeniesienie się tych właściwości poza boisko sportowe czy nie; nie ważne też jest i to, czy tak pojęty sport odpowiada pojęciom dzisiejszej psychologji pedagogicznej, — nato-

miast niewątpliwie jest niezmiernie ważnem to, aby młodzież, w której obudziliśmy przez cały szkolny system emulacyjny, przez stopnie i oceny, — chęć pokazania się, wolę walki o prymat, wolę tę mogła gdzieś przejawić, mogła szlachetnie zwyciężać i przegrywać z godnością.

M. KRAWCZYK.

O ORGANIZACJĘ ZWIĄZKU WYCHOWAWCÓW FIZYCZNYCH W POLSCE[1]

(artykuł dyskusyjny).

Bodajże od lat dwunastu obserwujemy najróżnorodniejsze próby powołania do życia Związku Wychowawców Fizycznych, związku, któryby objął wszystkich nauczycieli ćwiczeń cielesnych, a zasięgiem całą Polskę. Z przykrością stwierdzić jednak musimy, że związku takiego i dzisiaj niema. Nie można przecież za taki związek uważać najpoważniejsze nawet lokalne organizacje Warszawy, Łodzi, Bratniaków C. I. W. F. i P. I. W. F., czy ostatnio wyłonioną Egzekutywę Zjazdu Absolwentów C. I. W. F.-u, wreszcie próbę z grudnia zwołania Zjazdu Przedstawicieli Stowarzyszenia Wychowawców Fizycznych Okręgu Szkolnego Warszawskiego.

Marnują się olbrzymie wysiłki, zniechęca się na przyszłość wielka rzesza ludzi dobrej woli. Jaskrawym przykładem niech będą wyniki dotychczasowych prób i odgłosy nauczycieli z terenu, którzy żyją Komisjami Nauczycieli W. F. w swych środowiskach, a w większości okręgów — konferencjami rejonowemi czy okręgowemi, podkreślając na każdej z nich konieczność zrzeszenia się.

Na wakacyjnej Konferencji nauczycieli ćwiczeń cielesnych Okręgu Wołyńskiego w sierpniu 1935 r. w Łucku bardzo poważnie debatowano nad koniecznością zrzeszenia się i dociekano przyczyn chybionych prób. Pomińmy te rozważania, a zastanówmy się nad dezyderatami.

Konferencja nauczycieli Okręgu Wołyńskiego uważa, że zrzeszenie się może tylko nastąpić na gruncie zawodowym. Tworzenie odrębnego związku wychowawców fizycznych uważa za niecelowe, gdyż płaszczyzną zrzeszenia nie może być przedmiot nauczania, lecz zawód. Zrzesza się nauczycielstwo, a nie poloniści, matematycy i t. p. Próby, czynione przez absolwentów Studjów, P. I. W. F.-u i C. I. W. F.-u — oparte na

---

1) Otwierając dyskusję na ten temat, tak bardzo dla nas doniosły, rezerwujemy sobie głos w tej sprawie na końcu. Redakcja.

sentymencie ciężkiego położenia nauczycieli ćwiczeń cielesnych nie poprawią, chleba nie dadzą, nie ułatwią pełnienia obowiązków i nie przysporzą praw zawodowych.

Oparcie Zrzeszenia nauczycieli ćwiczeń cielesnych i wychowawców fizycznych o Związek Nauczycielstwa Polskiego wydaje się Członkom Konferencji za najwłaściwsze. Konferencja uważa, że w ramach Z. N. P. winna powstać sekcja nauczycieli wychowania fizycznego na prawach innych sekcyj, np. szkół średnich, czy przedszkoli.

Organami prasowemi Sekcji nauczycieli wychowania fizycznego powinno stać się dla szkoły i nauczyciela wydawane przez Z. N. P. „Wychowanie Fizyczne w Szkole", a dla szkoły i młodzieży „Stadjon Młodych", wydawany swego czasu przez Koło Wychowawców Fizycznych w Warszawie.

Z całą gotowością współpracy i wiary w udanie tej próby zgłaszam wspomniane rezolucje. Wiem, że urzeczywistnienie wymaga czasu, obustronnej pracy i dobrej woli. Podkreślam obustronnej, gdyż i dla Zarządu Z. N. P. — odstępstwo dla jednego „przedmiotu" na sekcję, miast jak dotychczas komisję, wydawać się może „niewłaściwem" czy „niewskazanem".

Widzę jednak na tej drodze olbrzymie możliwości podniesieniu poziomu wychowania fizycznego miljonowej masy młodzieży wszystkich kategoryj szkół, — drogi zjednoczenia i porozumienia wychowawców fizycznych, — drogi podniesienia sportu w szkole.

W. J. ŚLIWIŃSKI (ŁUCK)

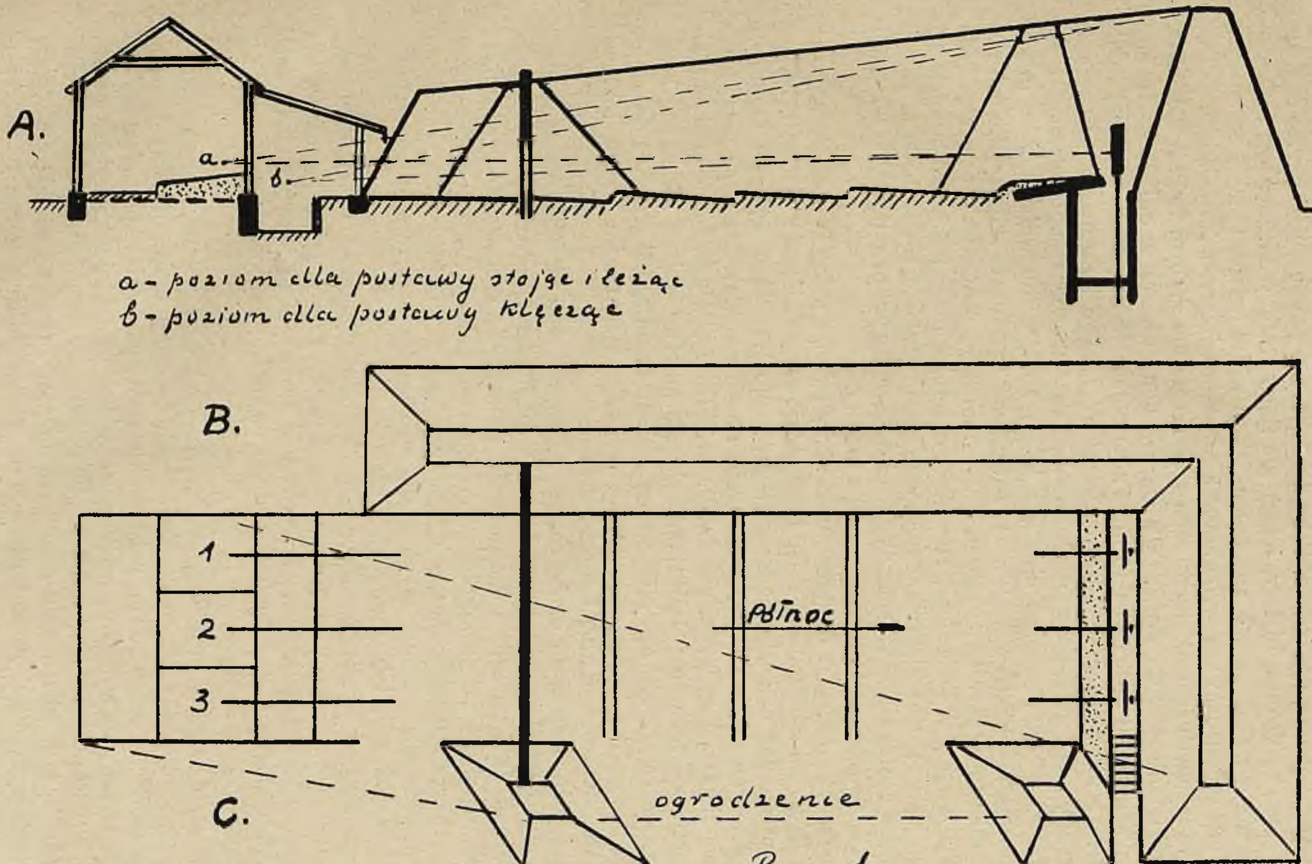
Z PRAKTYKI SZKOLNEJ

BUDOWA STRZELNIC SZKOLNYCH.

Budowa strzelnic szkolnych na broń bocznego zapłonu tanim kosztem oraz sposobem gospodarczym, ma decydujące znaczenie dla rozwoju sportu strzeleckiego w szkole. Strzelnica wówczas da korzyści istotne, jeśli będzie całkowicie wykorzystaną. Z tego też względu należy dobierać miejsce na strzelnicę możliwie blisko szkoły. Pierwszem zadaniem będzie wyszukanie kawałka terenu, którego wymiary będą zależne od ilości stanowisk i odległości, na jaką chce się mieć strzelnicę. Dobrze byłoby znaleźć taki teren, który już swojem ukształtowaniem ułatwia pracę. Mam tu na myśli pewne ukształtowania terenu, dające się wykorzystać na przyszły kulochwyt. Bardzo ważnem jest przy analizowaniu terenu pod strzelnicę ustalenie kierunku osi strzałów pod kątem widzenia oświetlenia. Najdogodniejszym kierunkiem osi strzelnicy jest kierunek z południa na północ. W tym wypadku „światło" będziemy mieli cały czas od wschodu do zachodu słońca jednolite, to znaczy, że tarcze będą oświe-

tlone równem światłem i nie będzie wypadków rzucania cieni na tarcze, co przy ustawieniu osi strzelnicy w innym kierunku zawsze ma miejsce. A wiadomo jak bardzo jest to niedogodne przy strzelaniach sportowych.
Mając już określony kierunek osi strzelnicy i odległość na jaką chcemy strzelać, obliczamy wielkość naszego terenu pod budowę, biorąc pod uwagę, że każde stanowisko zajmie miejsce do 2 metrów. W zależności więc od tego, ile chcemy mieć stanowisk, łatwo możemy obliczyć potrzebny teren dodając do tego przestrzeń potrzebną na kulochwyt (główny wał ochronny), osłony boczne oraz na ewentualny pawilonik strzelecki (rys. 1).

Wybudowanie strzelnicy otwartej na broń bocznego zapłonu polegać będzie na wzniesieniu kulochwytu o wysokości około 5 mtr., stanowisk tarcz i rowu dla tarczowych, stanowisk dla strzelających, wałów bocznych oraz przesłon kulochwytowych. Przy budowie strzelnicy najwięcej trudu kosztują roboty ziemne związane z sypaniem wałów. Wały ochronne muszą być trwałe; by się nie rozsypywały należy je obłożyć darnią. Pod kulochwytem należy wykopać schron dla tarczowych i na umieszczenie tarcz. Taki rów tarczowy winien posiadać głębokość conajmniej 1.70 mtr. od terenu, szerokość około 2 mtr. oraz długości zależnej od ilości stanowisk, licząc około 2 mtr. na stanowisko. Musi być zabezpieczony przed osypywaniem się ziemi murem, betonem lub drzewem, tak, aby zapewniał bezpieczeństwo pracującej w rowie obsłudze. Dobrym i prostym sposobem jest sypanie odpowiedniej wysokości progów ziemnych, oczywiście nie zasłaniających tarczy, lub też zbudowanie dachu nad rowem tarczowym (patrz rys. 2 a, b). Przyrządy do zawieszania tarcz, zrobione z dykty, tektury można przymocować do tyczki i wsadzić w otwór wydrążony w ziemi, naprzykład w obsadę z drzewa lub rur drenowych, czy też żelaznych i t. p. Rys. 3 a, b, c. Niezbyt kosztownym przyrządem, umożliwiającym szybkie zmienianie tarcz, jest t. zw. kołowrotek (Rys. 4 a, b). Do wbitego w ziemię schronu pala (słupa) przymocowuje się na listwie dwie ramy do tarcz, przez środek listwy przekłada się sworzeń żelazny, który wmontowany jest do słupa. Tym sposobem stwarzamy możność obrotu tarcz naokoło żelaznego sworznia, a tem samem umożliwiamy szybkie pokazywanie i chowanie tarcz. Przy większej ilości stanowisk tarczowych zbudowanych systemem „kołowrotka" należy ustawić je w taki sposób, aby umożliwić samodzielną pracę każdego stanowiska tarczowego.
Trzecim sposobem, możliwym do wykonania systemem gospodarczym, będzie „tarczociąg". Jest to mechanizm, wykonany z drzewa lub żelaza składający się z 2 listew z wyżłobieniami wewnątrz do wodzenia. Między listwy wsuwa się w jedną parę wyżłobień jedną ramę do tarczy, w drugą parę wyżłobień — drugą. Obie tarcze łączy się linkami na rolkach. Jeżeli ściąga się jedną tarczę wdół, to ta równocześnie pociąga za sobą drugą tarczę do góry i odwrotnie (rys. 5 a, b). System ten jest znacznie doskonalszy, wymaga jednak o wiele dokładniejszego wykonania niż „Kołowrotek". We wszystkich urządzeniach tarczowych pamiętać należy o tem, by zarówno ze schronu, jak i ze stanowiska strzelającego widać było całą tarczę.
Po wybudowaniu kulochwytu i urządzeniu schronów tarczowych strzelnica jest prawie gotowa. Dla bezpieczeństwa jednak usypujemy jeszcze boczne wały (rys. 1 — A, B, C), wyrównujemy ziemię na przestrzeni od stanowisk do tarcz i ewentualnie usypujemy progi (rys. 1), które służą do chwytania


A.
a
b
a - poziom dla postawy stojąc i leżąc
b - poziom dla postawy klęcząc
B.
1
2
3
Północ
ogrodzenie
C.

Rys. 1.

pocisków, padających przed tarczami. Tym sposobem unikamy „rekoszetów", niejednokrotnie zdarzających się, jeśli nie uwzględnimy tych szczegółów, które powyżej zostały przytoczone. Progi budujemy w ten sposób, by strzelec z żadnej postawy (stojąc, klęcząc, leżąc) nie mógł trafić w ziemię, lecz zawsze — jeśli nie w tarczę, to w ścianę progu, jak to widać na rys. 1 d.

Bardzo pożądanem jest wybudowanie przesłon wiszących drewnianych w środku wysypanych żużlem, tłuczoną na grubo cegłą lub grubym żwirem. Dla strzelnicy na odległość 25 mtr. stawia się przesłonę wiszącą w odległości 10 mtr., na odległość 50 mtr. — na 15 mtr., a na odległość 100 mtr. — jedną na odległość 15 mtr., drugą — 30 mtr. Szerokość samego kulochwytu waha się od 1 mtr. do $1^1/_2$ mtr. Przesłony winny być zawieszone na takiej wysokości, aby z każdej postawy (stojąc, klęcząc i leżąc) strzelec nie widział nieba między stanowiskiem a tarczami (rys. 7). Rozpiętość przestrzeni wiszącej kulochwytu jest zależna od szerokości strzelnicy (t. j. od ilości stanowisk), przyczem kulochwyt wiszący w razie dużej szerokości strzelnicy może być w kilku miejscach podparty, jednak podparcia te nie mogą być przeszkodą w strzelaniu, t. zn. nie mogą zasłaniać tarcz. W wypadku więc stosowania podparć należy w tem miejscu zostawiać szersze odstępy między tarczami.

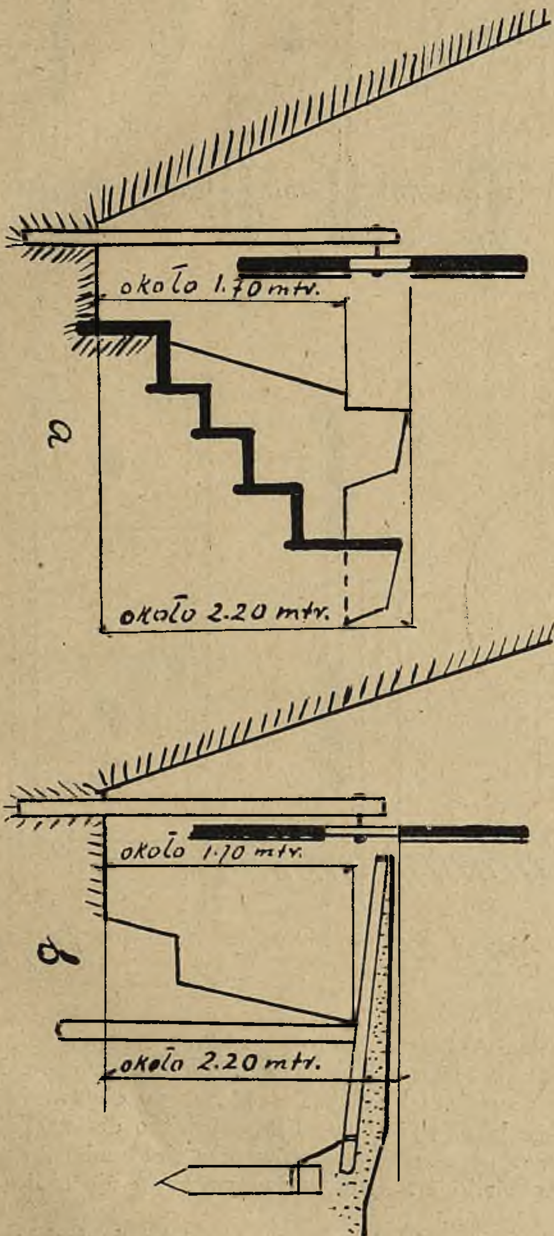
Stanowiska strzeleckie budujemy tak, ażeby strzelec mógł swobodnie w postawie leżąc, po złożeniu się, mieć broń skierowaną na środek tarczy, przyczem stanowisko ma być tak zbudowane, aby czoło jego było wyższe i łagodnym spadkiem zniżało się ku tyłowi (około 15 cm spadku). Te same wymagania stawia się i w innych postawach, dla których trzeba przed stanowiskami dla leżących pogłębić teren. Jeśli stanowiska dla postawy stojącej i klęczącej budujemy przed stanowiskami dla postawy leżącej, to odległość strzału liczy się od czoła stanowiska leżącego do tarczy. Stanowiska strzeleckie można budować w ziemi, obłożonej darnią lub też z drzewa.

Zostaje nam jeszcze do omówienia pawilon strzelecki, a ściślej mówiąc, dach nad głową strzelających, oraz osłony boczne dla zabezpieczenia przed słońcem i wiatrem. Jeśli możemy sobie pozwolić na zakrycie tyłu za stanowiskami, to mamy strzelnicę całkiem gotową, dostępną w każdej chwili dnia, a nawet porze roku, do użytkowania.

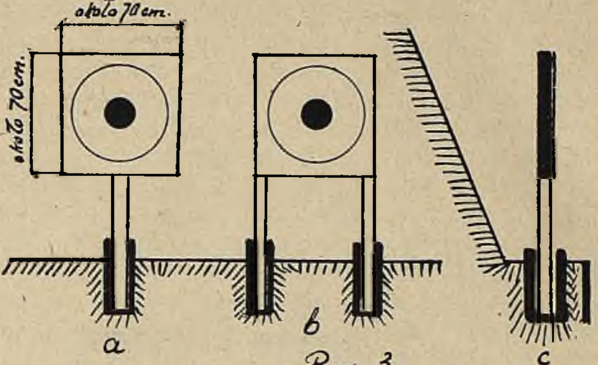
Przy urządzaniu strzelnicy krytej trzeba mieć do dyspozycji względnie wybudować budynek, halę lub szopę z oknami.

Aby można było strzelać i wieczorem należy oświetlić tarcze, a ponadto słabem światłem rozproszonem i stanowisko strzelającego. Celem wykorzystania światła dziennego na strzelnicy krytej należy nad tarczownią położyć szklany dach (rys. 8 a). Szyby winny być tak ułożone na dachu, aby obramowania ich nie dawały cienia na tarczy.

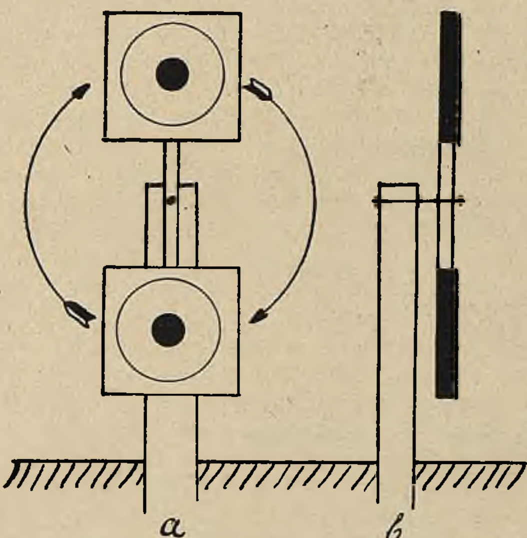
Zamiast głównego wału kulochwytowego — jak na strzelnicach otwartych — należy w specjalnej wnęce za tarczami (rys. 8 c) ułożyć sztorcem kłody drewniane na głębokość około 50 cm, przyczem drzewo ułożyć należy pod nieznacznym kątem. Drzewo na wyłożenie wnęki musi być bez sęków i dość miękkie (sosna). Wnęka musi posiadać taką wysokość, by pociski w żadnym wypadku nie trafiały poza drzewo. W tym celu stosuje się od góry przesłonę wiszącą (rys. 8 d), jako zabezpieczenie chwytania górnych pocisków. Od dołu natomiast zabezpiecza ściana tarczowni, wykonana z drzewa. Szerokość przedpiersia tarczowni wynosić winna około 70 cm grubości. Między ścianami do wypełnienia przestrzeni



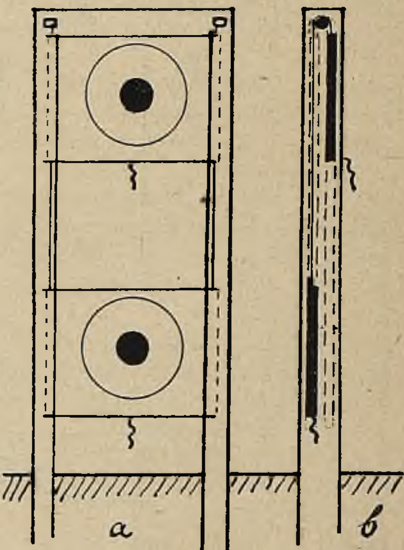
Rys. 2.



Rys. 3.



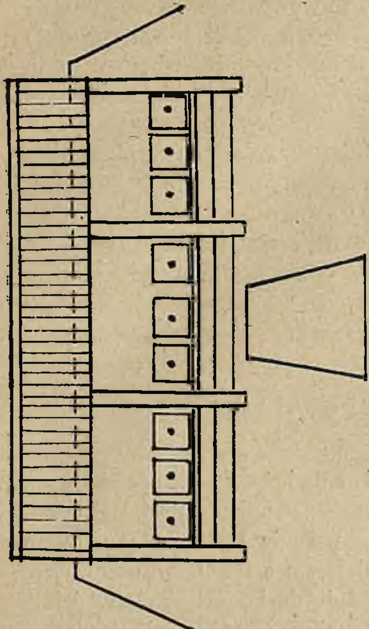
Rys. 4.



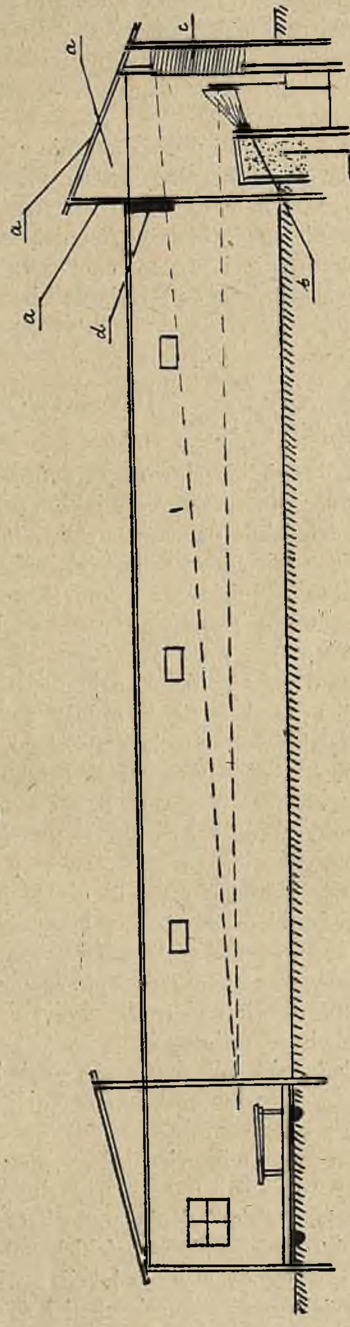
Rys. 5.

najlepiej użyć piasku. Przestrzeń przelotu pocisku w budynku winna być w ciągu dnia oświetlona naturalnem słabem światłem rozproszonem. Na strzelnicy 50 m wystarczą w zupełności trzy małe okienka po obydwóch stronach budynku, umieszczone jaknajwyżej (rys. 8). Stanowisko dla strzelającego winno być zabezpieczone od wszelkich wstrząsów przy chodzeniu. Stanowisko strzeleckie musi być oświetlone z tyłu, w żadnym razie nie może mieć światła bocznego.

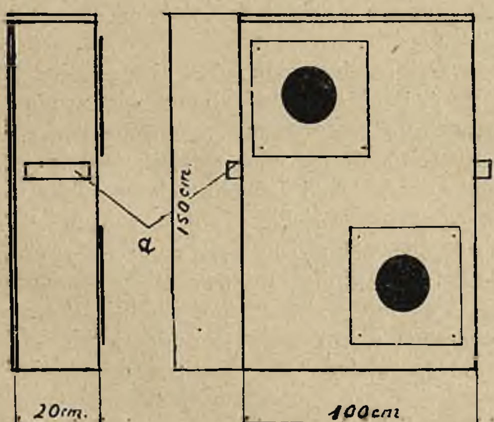
Na krytą strzelnicę można również wyzyskać istniejące budynki tam, gdzie warunki oświetlenia będą do strzelania dogodne. Do tego rodzaju strzelnic nadaje



Rys. 7.



Rys. 8.



a - uchwyty do przenoszenia
b - blacha

Rys. 9.

się kulochwyt przenośny. Wykonanie przenośnego kulochwytu polega na sporządzeniu skrzynki o bokach 1 m szerokości, $1^1/_2$ m wysokości i 20 cm grubości. Deski grubości 2 cm, tylna ściana skrzyni od wewnątrz obita blachą grubości 6 — 8 mm (rys. 9). Górne wieko skrzyni otwierane, aby można było skrzynię napełniać trocinami, gdyż w przeciwnym razie grozi to podziurawieniem blachy.
Tak dorywczo i prowizorycznie urządzona strzelnica wymaga przedewszystkiem zapewnienia bezpieczeństwa. Wszystkie boczne drzwi, otwory lub przejścia, prowadzące w kierunku osi strzału, muszą być zamknięte lub odpowiednio zabezpieczone. Należy również zwracać uwagę na strzelających. Oglądanie, zdejmowanie i przynoszenie tarcz może nastąpić dopiero wtedy, gdy wszyscy strzelający przerwą strzelanie i broń rozładują.

ADAM MACIEJOWSKI, referent strzelectwa Z. S.

INICJATYWA I POMYSŁOWOŚĆ DZIECI W ĆWICZENIACH CIELESNYCH.

Istnieje wielkie słowo — „twórczość" — bardzo nadużywane w pedagogice. Poszczególne przedmioty także często chełpią się — „twórczością" dzieci w danej dziedzinie nauczania. Określeniem bliższem prawdy i mniej napuszonem byłoby: inicjatywa i pomysłowość. Chcę w niniejszym artykule zilustrować tę prawdę, że inicjatywa i pomysłowość dzieci znajduje doskonałe ujście w dziele wychowania fizycznego — i, gdyby operować nadużywaną terminologją — „elementarne procesy twórcze" są tu częste, a, jak potem wykażemy, wartość ich nad poprzedniemi znakomicie przeważa.
Można spotkać się z opinją nawet wybitnych pedagogów niespecjalistów w dziale wychowania fizycznego, że ćwiczenia cielesne przez swą z góry ułożoną, ściśle opracowaną i rygorystycznie przeprowadzoną systematykę — mogą ucznia zniechęcić, nawet znudzić, tworząc sprawnie działający automat. W takiej opinji tkwi ukryta przesłanka, że w lekcji ćwiczeń cielesnych, opracowanych systematycznie, uczeń nic własnego ze siebie nie daje, żadne wyższe ośrodki jego psychiki nie są poruszone. Skutkiem tego stanu rzeczy — twierdzą ci pedagodzy — uczeń nie nabierze nigdy zamiłowania do systematycznych ćwiczeń cielesnych, jego aktywność fizyczna po uwolnieniu się z obowiązku szkolnego pójdzie odmiennym torem — może nawet w kierunku sportów lub gier, ale nigdy nie poprowadzi do systematycznego uprawiania ćwiczeń cielesnych.
Pogląd taki nie bywa wypowiadany oficjalnie z obawy przed należytą w tym wypadku reakcją, niemniej jednak w nieoficjalnych wynurzeniach silnie się go akcentuje.
Co na to ma odpowiedzieć wychowawca fizyczny? Stwierdzi przedewszystkiem że jest to pogląd przestarzały, słuszny ale w stosunku do poprzedniego dziesięciolecia. Dzisiaj tok ćwiczeń cielesnych nie jest formalną, beztreściwą porcją ruchów; przeciwnie w krótkich grach oraz ćwiczeniach sytuacyjnych i zespołowych, włączonych w tok lekcji, zawiera się dużo momentów atrakcyjności, sporo treści nawet w sensie akcji i wydarzenia. Można jednakże powyższą opinję zaatakować mocniej, wytoczyć wartościowe argumenty, a co jeszcze ważniejsze i bardziej przekonywujące — zilustrować serją lekcyj, jak wewnętrzne siły wy-

chowanka znajdują wyżycie. Wyrazi się to w inicjatywie i pomysłowości dzieci w ćwiczeniach cielesnych, w grach i zabawach ruchowych.

Rzecz w tem, ażeby nauczyciel ćwiczeń cielesnych świadomie inicjatywę pobudzał, pomysłowość kultywował, w rezultacie budząc samodzielność swych wychowanków w dziedzinie wychowania fizycznego.

Ta inicjatywa i pomysłowość dzieci wyrazić się może: 1) w ćwicz. gimnastycznych, 2) w grach ruchowych, indywidualnych i zespołowych, 3) w zabawach ruchowych, 4) w organizowaniu święta wychowania fizycznego i zawodach, 5) w dostarczaniu sprzętu do ćwiczeń i urządzeniu boisk.

Możliwie jaknajkrócej omówimy każdy punkt.

1. Obserwacja dzieci bawiących się samorzutnie, drapiących się po parkanach, poręczach, drzewach i t. p. poucza, jak dzieci wpadają na pomysł mniej lub więcej ciekawych i wartościowych ćwiczeń i złożonych ruchów. Podają potem jedne drugim z takim wezwaniem: zrób taką sztukę! Drugie dla rewanżu demonstruje inne ćwiczenie, inną w języku dzieci — „sztukę", jakieś szczególnie frapujące ćwiczenie równoważne albo efektowny zeskok z żerdzi parkanu. Otóż do tej wynalazczości dzieci nauczyciel odwołać się może i powinien. Od czasu do czasu wezwać uczniów, by zademonstrować własne ćwiczenie, własny pokaz, by inni o niem się wypowiedzieli, zmodyfikowali, ulepszyli, wreszcie spróbowali wykonać. Jeżeli takie ćwiczenie odpowiada danemu wiekowi, można je włączyć do wzorca lekcyjnego, jako „ćwiczenie Antka", albo „ćwiczenie cieśli" — bo wynalazł je chłopak, przyglądający się ojcu - cieśli, jak stawiał kozły na dachu. Ten moment własności, poczucie, że to nasze ćwiczenie — znakomicie zwiąże grupę z potrzebą ćwiczeń cielesnych oraz zachęci do innych samorzutnych ekspresyj. Szczególnie ciekawe można poczynić próby, jeżeli w klasie I ostrożnie a sugestywnie poddamy dzieciom myśl, ażeby opowiedzianą bajkę zilustrowały ruchowo i zespołowo. Kto kiedykolwiek czynił te próby, zrozumie, jak momenty ćwiczeń cielesnych, momenty teatru samorodnego, oraz momenty inscenizacyjne na tle pewnej naturalnej dekoracji (drzewa, szczytu budowli) wiążą się z ekspresją słowną, tworząc dziedzinę wyżycia się dziecka siedmioletniego. Znacznie częściej spotkać się można z pobudzaniem inicjatywy i pomysłowości w klasie II, kiedy nauczyciel pyta — w celu wywołania ruchów naśladowczych — jak się piłuje drzewo, jak rąbie, jak kosi, jak zegar chodzi i t. p. Podsycanie inicjatywy i pomysłowości może być bardzo szeroko stosowane. Rozmaite sposoby ilustracji muszą być wzięte pod uwagę, bowiem: „jak chodzi zegar" — mogą dzieci ilustrować rozmaicie, za każdym razem dobrze.

2 i 3. Dobitniej jeszcze inicjatywa i pomysłowość dzieci wyrazić się może w grach i zabawach ruchowych, przyczem przybiera tu różnorodne postaci. Wiadomo, że wśród dzieci krąży mnóstwo niewiedzieć przez kogo „ułożonych" gier i zabaw. Prawdopodobnie samodzielne pomysły dzieci w dużym stopniu zasilają ten niewyzyskany skarbiec motywów ruchowych. Są tam rzeczy wartościowe i pospolite. Owe mnóstwo gier „w klasy" o rozmaitych warjantach lokalnych, z roku na rok zmodernizowanych, wzbogaconych, owe gry pod ogólną nazwą „piłka do dołka", owe gonitwy „w złodzieja" — oto drobną część światka dziecięcych przeżyć. Ruch Zuchowy całe swoje powodzenie czerpie z podpatrzenia tych gier i zabaw i przeniesienia z poza wpływu wychowawczego do życia gromady, przez wodza i opiekuna prowadzonej. Czyż nau-

czyciel ćwiczeń cielesnych nie może i nie powinien poznać tego światka? Tak. Może z niego wydobyć wiele cennego materjału, może, przenosząc te samorodne gry i zabawy, doskonale pobudzić czynną wewnętrznie postawę dzieci względem wychowania fizycznego.
Inna strona tego zagadnienia. Lud nasz w swej bogatej swojszczyźnie posiada zabawy i gry ludowe, regjonalne. Program poleca uwzględnić je w wychowaniu fizycznem. Tę pracę najwdzięczniej i najchętniej wykonają dzieci. Dowiedzą się od starszych, podpatrzą, nie wstydzą się zaprodukować, słowem przeszczepią regjonalną zwyczajową grę i zabawę na grunt szkolny. Ma to także ścisły związek z badaniem środowiska, pierwszorzędnym postulatem obecnej doby.
Wreszcie trzecia możliwość. Dzieci mają szczególnie lubiane gry. Tak np. bardzo popularną i lubianą przez chłopców jest gra „we dwa ognie". Napotkamy tu wiele sytuacyj dla inicjatywy i pomysłowości chłopców. Każda gra zespołowa ma swoją organizację i przepisy. Organizacja gry, opracowana w podręczniku, nie jest dogmatem, kanonem, przepisy zaś nie określają wszystkich okoliczności, mogących się zdarzyć. W klasie, w której objąłem ćwiczenia fizyczne, znany był przepis tej gry, że uderzenie piłką zzewnątrz, niepochodzące od „króla" jest nieważne. Wskutek tego błędnego ograniczenia chłopcy trzymali się linji zewnętrznej, król szybko się męczył, a inni stali bezczynnie. Poddałem tę sytuację rozwadze klasy, wprowadzano inny sposób, bez króla, każdy zzewnątrz ma prawo ważnego uderzenia. Gra już teraz szła sprawniej, przy większym udziale słabszych. Podobnie, o ile zaistnieje okoliczność, że znane chłopcom przepisy i sankcje nie wystarczą, trzeba, odwołując się do ich pomysłowości, ustalić nowy przepis. Robi się to po grze, w krótkiej pogawędce zespołów i sędziego. Nowy przepis, zdobycz własna, włączona zostaje do reguł gry. Przedstawione zdarzenia mogą ulec znacznemu rozszerzeniu, jeżeli grę zaczerpniętą z ulicy podnosi się do godności gry szkolnej, opatrując jasnemi, przez dzieci opracowanemi regułami. Wiadomo, że każda gra zespołowa ma swe sankcje na wypadek przekroczenia przepisów. Znane są nauczycielowi trudności w zwalczaniu pogwałcania przepisów przez dzieci. Dla osiągnięcia wygranej ten i ów w chwili nieuwagi sędziego używa niedozwolonych sposobów. Krótka dyskusja po takich zajściach może skierować uwagę graczy na uczciwe a interesujące sposoby osiągnięcia wygranej. Wychowawca w dyskusji po grze zaznajamia chłopców z pojęciem taktyki gry. Taktyka obmyślana zaskakuje przeciwnika. Pociągnięcia taktyczne ustala zespół z przewodnikiem .I tu właśnie pomysłowość może odnieść triumfy. Przed każdą ważniejszą grą zespół obmyśla i ustala taktykę. Ale to nie wystarcza, wszak przeciwnik również ma swą taktykę. Poznać w porę taktykę przeciwnika i skutecznie ją paraliżować, oto kwestja kształcąca, uczciwa i pobudzająca inicjatywę. Taktyka sztywna może zgubić, taktyka elastyczna prowadzi do zwycięstwa. Wszystko, co jest taktyką, nie jest ani wyczynem technicznym, ani fizycznym — jest pracą umysłu i to pracą wyższej rangi. Ma również cenny walor społecznie wychowujący — wymaga subordynacji wszystkich członków zespołu. Te dwa momenty, zawarte w pojęciu taktyki, można skutecznie w wychowankach kształcić przy ich czynnym udziale.
4. Czynna postawa młodzieży przy organizowaniu święta wychowania fizycznego — wyrazić się może najrozmaiciej — w projektach pokazów i zawodów,

w sformułowaniu propagandowych napisów. Święto wychowania fizycznego jest zaprezentowaniem przed społeczeństwem osiągniętych wyników, jest manifestacją na rzecz zdrowia i tężyzny fizycznej, jest zarazem widowiskiem estetycznem, bowiem w harmonji zespołowych pokazów objawia się swoiste piękno. Jeżeli dziatwie szkolnej na te czynniki sugestywnie zwrócimy uwagę — pobudzimy jednocześnie jej inicjatywę i pomysłowość. Tam, gdzie istnieje Koło sportowe, należy je do organizacji święta pociągnąć. Jeżeli Koła niema, można zebrać grupkę lepiej zaawansowanych oraz uczniów rysowników, organizatorów, majstrów — i z nich utworzyć komitet organizacyjny. Znajdą tu poważne i kształcące zadanie. Nie należy jednak ograniczyć się do dzieci przodujących w ćwiczeniach fizycznych. Inni „specjaliści" — bardzo okażą się użyteczni. Koło to, czy też komitet organizacyjny zajmie się opracowaniem święta, urządzeniem boiska, przygotowaniem transparentów z odpowiedniemi napisami, czasem może wyszukać wśród znajomych fotografa-amatora, napisać zaproszenia do wybitnych osób, do najbliższych dzienników, zająć się przygotowaniem potrzebnego sprzętu, ubiorów, zespołu muzycznego i t. p. Chociaż znaczna część prac wymienionych nie ma ściśle charakteru czynności z zakresu wychowania fizycznego, to jednak cel tej pracy — święto wychowania fizycznego — wiążąc elementy humanistyczne, estetyczne, organizacyjne, społeczne z elementami tężyzny fizycznej — wywiera przemożny wpływ na tworzenie się przekonań o wartości i znaczeniu wychowania fizycznego. W przygotowaniu i opracowaniu pokazów, gier, pląsów, defilady — inicjatywa i pomysłowość dzieci może się również znakomicie wyrazić, podobnie w dostosowaniu odpowiednich pieśni do pląsów i tańców. Wszystkie pomysły i rady, przedyskutowane w zespole i przyjęte w odpowiednim czasie — a nie tuż przed świętem — stanowić będą cenny wkład młodzieży. Inicjatywa i pomysłowość dzieci, ujawniona i zrealizowana przy organizacji święta wychowania fizycznego, ma znaczenie wszechstronniejsze, niż w punktach poprzednich — budzi aktywność dzieci, uczy organizowania się społecznie i kształci życiowo.

5. Wychowanie fizyczne w szkole powszechnej wymaga boiska, sali gimnastycznej, przyborów. O ile nie każda szkoła posiada boisko, lub salę gimnastyczną (Program to przewiduje i usprawiedliwia) — o tyle każda bez wyjątku może zaopatrzyć się samodzielnie w przybory. Co i jak da się wykonać w szkole powszechnej, rozważa Fr. Krawczykowski w swej książeczce [1]. A da się wykonać wiele, jeżeli między nauczycielem zajęć praktycznych, a nauczycielem wychowania fizycznego istnieje ścisła współpraca. Korzyść jest obustronna. Wykonanie przedmiotów użytkowych i to dla własnej szkoły, dla własnej wygody i przyjemności przy zastosowaniu na lekcjach ćwiczeń cielesnych — pobudzi dzieci do lepszego wykonania, a tem samem ułatwi pracę nauczycielowi zajęć praktycznych. Nie wdając się w szczegóły, podkreślimy, że inicjatywa, pomysłowość i współpraca dzieci może się tu wyrazić: a) w przygotowaniu boiska, b) w wykonaniu przyborów, c) w konserwacji, przechowywaniu, wydawaniu i odbieraniu sprzętów, d) w przyszykowaniu materjałów i przyborów do wycieczki.

Jakże często nasze boiska są nieużyteczne. Część boiska mogą dzieci skopać i obsiać trawą. Boisko trawiaste umożliwia ćwiczenia we wszystkich postawach,

[1]) Fr. Krawczykowski — Jak wykonać przybory do ćwiczeń cielesnych w szkole powsz. Nasza Księgarnia 1935.

jest higjeniczne. Niwelacja boiska, wysypanie właściwej nawierzchni, odwodnienie przez rowki okólne, ubijanie lub wałowanie, przygotowanie skoczni i t. p. — oto zajęcia praktyczne (dla dzieci klas starszych), mające ten sam charakter, co prace w ogrodzie szkolnym. Przygotowanie przyborów — to praca na kilka miesięcy dla kilku klas. Piłeczki, woreczki, szarfy, skakanki, pałeczki, chorągiewki, numery, siatki do siatkówki, ping-pongu, rakietki, naraty, „kopytka", sanki, kije hokejowe, pałeczki sztafetowe, spodenki, bluzki, pantofle, plecaki i t. p. — to przedmioty do wykonania przez dziewczęta i chłopców.

Przechowywanie, konserwacja, wydawanie i odbieranie przyborów może być również powierzone grupce młodzieży lub Kołu sportowemu. Sprawne administrowanie zbiorem przyrządów, troskę o ich właściwe przechowanie — najlepiej w przeznaczonej na ten cel składnicy, zainwentaryzowanie i naprawę można zlecić młodzieży, która nauczy się cenić i konserwować sprzęt ćwiczebny. Ma to wiele wartości wychowawczych, przyczem łączą się one z praktycznemi czynnościami. W rezultacie wychowuje się i kształci obok inicjatywy i pomysłowości takie zalety, jak zmysł praktyczny, rzetelność, oszczędność, odpowiedzialność. Jest to pomost między wychowaniem fizycznem, a wychowaniem praktycznem i moralnem.

Dlaczego wartość inicjatywy i pomysłowości dzieci w ćwiczeniach fizycznych, w grach i zabawach jest — jak twierdziliśmy na wstępie — wyższa, niż w niektórych innych przedmiotach? Dlatego, że nie jest wyłącznie inicjatywą i pomysłowością myślową, lecz ekspresyjną, znajduje swe zmaterjalizowanie i urzeczywistnienie w naturalnych warunkach i to w zespole, w grupie, krótko: kształtuje życie. W podanych przykładach starałem się tę tezę zilustrować.

S. RACINOWSKI

PRAWIDŁA GIER DRUŻYNOWYCH — PIŁKA GRANICZNA.

BOISKO

Boisko równe, prostokątne, o wymiarach 80 m × 40 m, jak do szczypiorniaka (dziewczęta mogą grać na boisku do jordanki (hazeny), podzielone jest linją środkową na połowy o wymiarach 40 m × 40 m. Dłuższe linje boiska nazywamy bocznemi, krótsze — bramkowemi. Linję dzielącą boisko na połowy nazywamy linją środkową. Równolegle do linji środkowej, a w odległości 8 m od niej w kierunku bramek, zakreślamy dwie linje pomocnicze, t. zw, linje zagrania (zaczęcia gry).

Wszystkie linje znaczymy wapnem, kredą, tłuczoną cegłą na szerokość 5 cm, albo rowkiem tejże szerokości o głębokości 3—5 cm. W punktach przecięcia linij bocznych z tylnemi i środkową mogą tkwić chorągiewki o 1,5 m wysok. Teren wokół boiska powinien być wolny od wszelkich przeszkód, przynajmniej 3 metry za linjami bocznemi, 5 metrów za linjami bramkowemi.

Na środku obu linij bramkowych ustawiamy bramki, szerokości 7,30 m a wysokości 240 cm (dla dziewcząt mogą służyć również bramki hazeny).

PRZYBORY

Piłka skórzana z gumową dętką o obwodzie 65—70 cm. Waga 350—400 gr. Bramki mogą być umocowane w ziemi na stałe. Są to drewniane słupki gru-

bości 10×12 cm o zaokrąglonych krawędziach, oddalone od siebie o 7,30 m, które łączy na wysokości 2,40 cm pozioma poprzeczka.
Chorągiewki pożądane (ma ich być sześć) o długości 1,5 m, grubości 2,5 — 3,5 cm, drzewce okute u dołu żelaznym grotem. Proporczyk o wymiarach 35×20 cm.

CEL GRY

Celem gry jest zdobyć w określonym czasie jak największą ilość punktów przez przerzucenie piłki przez bramkę drużyny przeciwnej.
Za każdorazowe zgodne z przepisami przerzucenie piłki przez bramkę przeciwnika (zdobycie bramki), drużynie liczy się jeden punkt.
Wygrywa drużyna, która w ciągu gry zdobędzie większą ilość punktów. Przy jednakowej ilości zdobytych bramek (punktów) wynik dla obu drużyn jest remisowy.

CZAS GRY

Gra trwa 30 minut z przerwą 5 minutową w połowie gry (15+5+15). Dla dziewcząt czas gry można skrócić o 10 minut (10+5+10) lub grać po 15 minut na boisku jordanki (hazeny).

DRUŻYNY

Drużyna składa się z 11 graczów. Na czele każdej drużyny stoi wybrany przez nią kapitan.
Kapitanowie drużyn losowaniem rozstrzygają, która drużyna wybiera boisko lub rozpoczyna grę. Przeciwnej drużynie przysługuje wtedy po wyborze boiska rozpoczęcie gry, lub po wyborze rozpoczęcia gry — wybór boiska.
Po przerwie zawsze następuje zmiana boisk. Grę rozpoczyna drużyna, która gry do przerwy nie rozpoczynała.
Ustawienie graczów na boisku pól jest dowolne. Nie obowiązuje żaden podział ról na atakujących, broniących bramkarzy i t. p. — wszyscy w ramach przepisów gry, mają prawo tak atakować jak i bronić bramki.

ROZPOCZĘCIE GRY

Przy rozpoczęciu gry obie drużyny muszą się znajdować na swoich boiskach poza linjami „rozpoczęcia gry".
Na sygnał sędziego, którykolwiek gracz drużyny, mający prawo do zaczęcia gry, rzutem piłki jednorącz lub oburącz w kierunku drużyny przeciwnej rozpoczyna grę. Piłka musi przelecieć wtedy nad linją środkową boiska.
Takież zaczęcie gry obowiązuje po przerwie oraz po uzyskaniu przez którąkolwiek drużynę bramki, przyczem zawsze zaczyna wtedy grę drużyna, która straciła punkt.

ZASADY GRY

Gra się tylko rękoma. Piłkę wolno odbijać jakąkolwiek częścią ciała z wyjątkiem nóg poniżej kolana.
Każdej drużynie przysługuje tylko jeden rzut piłką naprzemian. Wyjątek stanowią przewinienia, za które sędzia dyktuje rzut wolny. Wtedy drużyna, która popełniła przewinienie, traci prawo do przysługującego jej z wyniku gry

rzutu, a zyskuje go drużyna przeciwna (poza rzutem przysługującym jej z przebiegu gry).
Odbicie piłki z powietrza liczy się drużynie jako wykonany rzut. Nie uważa się za rzut odbicie piłki z kozła.
Za schwytanie piłki z powietrza przysługuje danemu graczowi rzut w kierunku drużyny przeciwnej z rozbiegiem 5 (pięciu) kroków, przyczem rzut musi być wykonany na piątym kroku.
Jeżeli rzuconej piłki drużyna przeciwna nie schwyci z powietrza lub jej nie odbije, odrzuca ją jeden z graczów z miejsca, w którem ją schwycił lub zatrzymał.
W czasie rzutów gracze drużyny przeciwnej muszą się znajdować przynajmniej w odległości 5 kroków od wykonującego rzut. Gracze własnej drużyny nie dalej jak na wysokości wykonującego rzut.

RZUTY

Rzuty wolne

Rzut wolny przysługuje tej drużynie, która nie zawiniła. Wykonuje się go z miejsca przewinienia rzutem dowolnym bez podskoku. Rzutem tym można zdobyć bramkę (punkt).
Rzut wolny dyktuje sędzia z tego miejsca, w którem nastąpiło przewinienie za:
1) kopnięcie piłki,
2) wyrywanie piłki,
3) rzut szczurem (po ziemi),
4) bieg z piłką ponad 5 kroków (rzut piłki musi być wykonany na 5 kroku),
5) rzut piłki nie z tego miejsca, w którem piłkę zatrzymano,
6) chwyt piłki lub jej zatrzymanie po rzucie gracza własnej drużyny,
7) wysuwanie się w kierunku przeciwnika przed rzutem gracza własnej drużyny,
8) nieprzestrzeganie odległości 5 kroków od gracza wykonującego rzut.

Rzut autowy

Piłka jest w grze, gdy znajduje się na boisku. Jeżeli piłka przejdzie przez linję boczną lub bramkową, ograniczającą boisko — piłka jest za polem gry i musi być wprowadzona rzutem do gry.
Rzut autowy musi być wykonany oburącz z ponad głowy z tego miejsca na linji bocznej lub bramkowej, w którem piłka granicę boiska przekroczyła. Wykonuje go gracz tej samej drużyny, który piłkę wyrzucił poza granice boiska.

SĘDZIOWANIE

Grą kieruje sędzia, orzeczenia jego są nieodwołalne.
Sędzia porusza się swobodnie po boisku, ustawiając się tak jednak, aby mógł zawsze jaknajlepiej śledzić przebieg gry.
Czynności sędziego określają podane poniżej przepisy:
W szczególności sędzia decyduje:

a) przed grą:

1) czy pogoda pozwala na rozegranie zawodów (np. deszcz),
2) czy boisko ma właściwe wymiary i jest należycie oznaczone,
3) czy piłka nadaje się do gry,

4) czy drużyny stanęły w przepisanych składach i odróżniają się od siebie ubiorem lub szarfami.

b) w czasie gry o:

5) rozpoczęciu, końcu gry i przerwach,
6) rzutach wolnych i autowych,
7) wyniku gry do połowy,

c) po grze:

8) ostatecznym wyniku.

Sędzia używa gwizdka, stwierdzając nim popełniane przez graczów błędy, i tak daje jednym gwizdem znak:

1) o rozpoczęciu, końcu gry i jej przerwach,
2) na wykonanie nakazanego rzutu,
3) w razie zdobycia bramki (punktu) gwiżdże dwa razy.

PODSĘDKOWIE

Dla ścisłego przestrzegania zasad gry może sędzia, lecz nie musi, zaprosić do pomocy dwu podsędków.

Podsędkowie stoją poza bocznemi linjami boiska. Do ich obowiązków należy stwierdzać, czy piłka wyszła poza boisko, i która drużyna ma obowiązek wprowadzić ją do gry.

Do wykonania swej funkcji używają chorągiewek, dając niemi znaki sędziemu o wyjściu piłki poza boisko gry.

PROTOKÓŁ

Po zawodach pisze sędzia protokół gry według wzoru:

P r o t o k ó ł

z zawodów w piłkę graniczną.

Dnia . . . . w . . . . odbyły się
(data i rok) (miejscowość)
zawody w piłkę graniczną między drużynami:
1) . . . .
2) . . . .
z wynikiem . . . . do przerwy . . . .
(końcowy) (I-sza połowa)
po przerwie . . . . na korzyść drużyny . . . .
(druga połowa gry) (nazwa drużyny)
U w a g i:

. . . .
(podpis sędziego)

i odsyła do kierownictwa zawodów.

PROTEST

Po zawodach w ciągu 3-ch dni, drużyny mają prawo odwołania się od decyzji sędziego do Kierownictwa zawodów, składając na ręce przewodniczącego umotywowany protest, równocześnie wpłacając tytułem kaucji 1 zł.

PRZYKŁAD GRY

Rozstawieni w szeroką szachownicę gracze obu drużyn oczekują sygnału. Gwizdek. Rzuca piłką gracz drużyny A. Udało mu się tak rzucić piłkę, że żadnemu z graczów drużyny B, nie udało się jej schwycić z powietrza, przez co piłka potoczyła się po boisku dość daleko. W międzyczasie gracze drużyny A podsunęli się na odległość strzału, obstawiając gracza drużyny B, której teraz przysługuje rzut z miejsca. Rzuca gracz drużyny B — piłkę schwycił z powietrza gracz drużyny A i biegnie z nią 5 kroków, strzelając w kierunku bramki. Gracze drużyny B nie zdążyli należycie ustawić się, więc piłkę dopiero schwycił któryś po odbiciu z kozła i rzuca ją w kierunku drużyny A. Gracze tej drużyny jednak umiejętnie „murują" rzucających, więc i ten rzut schwytano z powietrza. Następne pięć kroków, rzut w kierunku bramki drużyny B. Bramkę broniła większość graczów drużyny B, przez co udało się jednemu z nich chwycić piłkę. Biegnie 5 kroków i rzuca ją tak nieudolnie, że piłka wyleciała poza granice boiska. Do gry piłkę musi wprowadzić gracz drużyny B. Staje na linji i oburącz na gwizdek sędziego rzuca ją na boisko. Piłkę schwycił z powietrza jeden z graczów drużyny A i z rozbiegu 5 kroków strzela do bramki. Drużyna B strzału nie obroniła. Punkt dla drużyny A. Sędzia gwiżdże dwa razy.

Drugą fazę gry rozpoczyna gracz drużyny B i t. d.

WSKAZÓWKI DLA GRACZÓW

Piłka graniczna jest grą tak łatwą, że przy uwadze słuchających nauczyć się można jej zasad na jednej lekcji.

Aby odnieść jednak zwycięstwo, a nie skończyć gry na wzajemnem odrzucaniu, podawaniu sobie piłki, trzeba zastosować umiejętną taktykę: wiedzieć, gdzie rzucić. Każdy rzut winien przenosić grę na pole przeciwnika, zbliżać do jego bramki. Wymaga to umiejętności rzutu i chwytania trudnych piłek, ponadto umiejętności ustawiania się na boisku. Każdy rzut w jakąkolwiek stronę boiska, winien być obstawiony przez graczów drużyny przeciwnej i vice-versa, każdy rzut tak powinien być wykonany, by uniemożliwiał schwytanie go z powietrza, a — odwrotnie — przenosił grę na pole przeciwnika.

Z tych założeń płynęłyby następujące wskazówki:

1) nie skupiać się,
2) nie przeszkadzać sobie w chwytaniu piłek,
3) po każdym swoim rzucie „obstawiać", „murować" gracza wykonującego rzut,
4) w razie niebezpieczeństwa wszyscy bronią bramki.

W. J. ŚLIWIŃSKI (ŁUCK)

OPOWIADANO MI...

16. W pewnej szkole nauczycielka usiłowała wprowadzić zmianę obuwia na miękkie pantofle, a to w celu utrzymania w klasie czystości. Mowa tu o szkole wiejskiej, jednoklasowej, gdzie dziatwa chodzi w drewnianych chodakach, a nogi przed włożeniem chodaków obwija różnemi, niezbyt czystemi, szmatami. Szmaty takie w czasie słotnym lub śnieżnym, rzecz prosta, są nadto jeszcze przemoczone. Usiłowanie wprowadzenia pantofli wywołało bardzo energiczny

sprzeciw ze strony matek, które obawiały się, że dzieci po zdjęciu chodaków i rozwinięciu szmat będą się przeziębiały, gdy tymczasem właśnie, siedząc w mokrych szmatach, dzieci ziębły i nawet przeziębiały się. Nauczycielka jednak nie ustąpiła, zaczęła od siebie, zdjęła buciki i włożyła sukienne pantofle, niektóre dzieci naśladowały ją, a gdy okazało się, że jest im w pantoflach nawet na bosą nogę włożonych, cieplej niż w chodakach, wszystkie dzieci uszyły sobie pantofle, a z czasem ich ojcowie w maleńkiej sionce zrobili półki na chodaki w czasie lekcyj, gdzie jednocześnie na noc zostawiane są miękkie pantofle. Obecnie izba szkolna stanowi wzór czystości, a dzieci nie przeziębiają się, siedząc w suchych, ciepłych pantoflach. W klasie cicho, a jaka to wygoda podczas ćwiczeń cielesnych?
Chodaki tymczasem i onuce schną sobie w czasie lekcyj w sionce, rozłożone na półkach. Nie potrzebuję dodawać, że wietrzenie tej klasy odbywa się wyłącznie przez okno, a nie przez drzwi od sionki.

17. W bardzo licznych szkołach, zwłaszcza wiejskich, całemi masami składa się rozmaite, bardzo wątpliwej wartości „pomoce naukowe": figurki lepione z gliny, gwiazdy z kartonu lub papieru, gałązki krzewów, zeschłe liście, drewniane wiatraczki i t. p. przedmioty, które masami zalegają szafy i piece, a często także parapety okien. Niewątpliwie jakaś część tych przedmiotów może się czasami przy jakiejś pracy przydać. Częściej jednak przedmioty takie leżą całemi miesiącami, uniemożliwiając porządne sprzątnięcie szaf i pieców, starcie pyłu, który przykrywa to wszystko grubą warstwą. Ponieważ zaś na usługę szkoły otrzymują minimalne kwoty, przeto sprzątanie odbywa się bardzo pobieżnie i każda przeszkoda staje się trudnością nie do pokonania. W niektórych zaś szkołach sprawa ta została raz na zawsze rozwiązana. Jeżeli wszelkie pomoce nie znajdą miejsca w szafach, czy gablotach, poprostu nabywa się lub uzyskuje darmo jakąś paczkę po towarach. Czyści się ją, czasami maluje, kiedyindziej wykleja papierem, czasami znowu dzieli wewnątrz na kilka przegródek (doskonałe tematy do zajęć praktycznych) — i otrzymuje się doskonały skład na wszelkie „materklosy", jak dzieci nazywają takie zbiory przedmiotów. Jeżeli jeszcze w takiej klasie usunie się wszelkie bibułkowe ozdoby, jeżeli nie będzie się trzymało miesiącami jako ozdób suchych gałązek za obrazami, a same obrazy będą oszklone — to sprzątanie takiej klasy staje się łatwe, a w czasie ruchu dziatwy w klasie nie będą się podnosiły tumany kurzu tak bardzo szkodliwego dla zdrowia dziatwy i nauczyciela.

18. W pewnej szkole nauczycielka na każdej lekcji ćwiczeń cielesnych, przeprowadzenie pewnej części tej lekcji powierza jednej z dziewcząt; niektóre prowadzą tylko raz, inne parokrotnie. Tą drogą nauczycielka wyrabia w dziewczętach umiejętność prowadzenia ćwiczeń, którą następnie wyzyskuje do prowadzenia ćwiczeń 10-ciominutowych i śródlekcyjnych. Jest to słuszne, gdyż dziewczęta wyuczywszy się prowadzenia ćwiczeń przy nauczycielce, potem nawet pod jej nieobecność wywiązują się dobrze z włożonych na nie zadań.

19. Z najwyższem oburzeniem opowiadano mi o jednej szkolnej wycieczce, która wracała z lasu z pękami polnych kwiatów. Jakie niszczenie przyrody, jakie odzieranie z piękna kwiatów naszych lasów, jaki wandalizm. Tak istotnie, rwanie całych naręczy dzikich kwiatów po to, aby rzucić zwiędłe jeszcze przed powrotem do domu czy szkoły, nie zasługuje na pochwałę. Ale bądźmy sprawiedliwi; czyż my, dorośli ludzie, nie czynimy tego samego, gdy nam się uda

końmi, czy samochodem wybrać do lasu, czyż nie „maimy" naszych pojazdów już nie gałązkami, ale całemi brzózkami. Niech dziecko nie widzi tego u starszych, a łatwiej będzie nauczycielowi wpoić w nie przeświadczenie o konieczności ochrony i nieniszczenia przyrody.

SKRZYNKA ZAPYTAŃ.

15. **Koleżanka J. S.** Zapytuje, czy jest zarządzenie władz szkolnych, zalecające noszenie przez młodzież szkolną książek w tornistrach i czem takie zarządzenie jest umotywowane. Zarządzenie takie zostało wydane przez Ministerstwo WR i OP w roku 1928 (Dziennik Urzędowy Ministerstwa WR i OP Nr. 13 r. 1928), a motywowane jest w sposób następujący. Dziecko nosząc książki i zeszyty w tornistrze, przewieszonym przez oba barki, rozkłada ciężar tornistra równomiernie na całe ciało, co nietylko nie powoduje deformacji ale naodwrót może wpływać dodatnio na część piersiową kręgosłupa. Natomiast noszenie książek w teczce w jednej ręce, lub związanych paskiem pod pachą, powoduje obciążenie jednej połowy ciała i staje się powodem skrzywienia kręgosłupa. Gdybyśmy zarządzenie to skrupulatnie wykonali, niewątpliwie procent skrzywień kręgosłupa wykazałby tendencję zniżkową, podczas gdy dziś przez niektóre komisje poborowe notowany jest u **82% poborowych!**

PRZEGLĄD WYDAWNICTW

Marja Tańska — Zabawy rytmiczne ze śpiewem. Nakładem „Naszej Księgarni" w Warszawie.

Niewielka ta książeczka, obejmująca 65 stron druku, a opisująca 17 zabaw rytmicznych ze śpiewem, wypełnia lukę, jaka wśród naszych podręczników ciągle jeszcze istnieje. Zabawy ze śpiewem stanowią bowiem cenny materjał ćwiczebny dla małych dzieci, które w ruchu poszukują nietylko wyżycia się ruchowego, ale także radości. Stąd zabawy ze śpiewem znalazły się także w programach ćwiczeń cielesnych. Jednak w dotychczasowych podręcznikach ten dział był potraktowany po macoszemu, a dlatego właśnie i program jest w tym dziale dość ubogi. Zabawy rytmiczne ze śpiewem, opracowane przez p. Marję Tańską, odznaczają się dużą prostotą i łatwością, a czynią zadość potrzebom wychowawczym i ćwiczebnym. Niewątpliwie książeczka ta przyczyni się do wzbogacenia zasobu materjału ćwiczebnego licznych rzesz nauczycieli, pracujących z małemi dziećmi, a przyczyni się nietylko przez wzbogacenie liczbowe, ale także i jakościowe, gdyż podaje materjał cenny pod względem piękna ruchu i melodji.

M. K.

Zwoliński T. — Tatry. Mapa turystyczna. Podziałka 1 : 50000. Nakł. i druk: Książnica-Atlas. Lwów — Warszawa 1936.

Mapa ta obejmuje cały masyw gór od Jaskiń Bielskich na wschodzie po Siwy Wierch na zachodzie i od Poronina na północy do Szczyrbskiego Jeziora na południu. Drukowana w 7 barwach z cieniowaniem, posiada warstwice prowadzone co 50 m. (Żałować należy, że nigdzie nie umieszczono cyfr bezwzględnej wysokości warstwic). Zawiera bardzo dużo szczegółów zawsze cennych dla tu-

rysty mimo tego jest przejrzysta. Oznaczono na niej drogi (ścieżki, perci) oraz szlaki narciarskie znakowane, gospody, schroniska i koleby. Turyści będą napewno zadowoleni z tej mapy, gdyż dotychczas musieli się posługiwać w terenie całych Tatr szeregiem map, a mianowicie: w Tatrach Wysokich i Tatrach polskich dwoma świetnemi mapami tegoż kartografa, zaś w zachodniej części Tatr Zachodnich, mapami wojskowemi w skalach 1 : 75000 lub 1 : 100000. Różne skale, różne znakowania, a w niektórych partjach niezaktualizowane szczegóły, zmuszały turystę do skomplikowanego studjum map. Omawiana mapa trudności te usuwa. Przejrzysta, bogata w treść sprawdzoną i zaktualizowaną, a pozatem estetycznie wykonana, będzie najlepszym towarzyszem wędrówek tatrzańskich zarówno letnich jak i zimowych. T. Z.

Szelburg-Zarembina E. — Zuchy. (Nowe przygody Tomka Modronia). Powieść dla dzieci. W-wa 1936. Nakł. Naszej Księgarni.

Znana powieściopisarka zasiliła beletrystykę dziecięcą piękną książką, która stanowi doskonałą zachętę dla naszych milusińskich do spędzania wakacyj na kolonjach i ruchu na świeżem powietrzu. Z tych względów notujemy tę książkę w tem miejscu, powstrzymując się od omówienia jej walorów artystycznych i ogólno-wychowawczych, które napewno będą poruszone w odpowiednich czasopismach.

Mjr. pil. Stanisław Karpiński. Polskie skrzydła w moich lotach długodystansowych. Książnica - Atlas. Lwów — Warszawa.

Młodzież dzisiejsza z wielkim entuzjazmem odnosi się do lotnictwa i jego „wyczynów". Jeśli w którejkolwiek klasie szkolnej zapytać na próbę uczniów lub uczennice: „kto chce być lotnikiem", z pewnością wyciągnię się w górę większość rąk. Jest to objaw znamienny i bardzo dodatni. Dawniej, w wieku szkolnym, marzyło się o karjerze morskiej, o śmiałych egzotycznych wyprawach. Dziś, z postępem techniki świat bohaterski młodzieży znacznie się unowocześnił. Przecież „na skrzydłach" można zaznać wiele silnych wrażeń, stać się sławnym, a co ważniejsze, imię lotnictwa polskiego roznieść po dalekich krajach.

Gdy major Karpiński wyruszał w daleką i trudną podróż, towarzyszyła mu myśl i sympatja młodego pokolenia. Dla niego więc, dla tego pokolenia napisał wytrwały lotnik książkę o swoich krajowych i egzotycznych wyprawach. Szybko zmieniają się obrazy pod „srebrnym ptakiem", pędzącym w groźną dal. Szybko, jak na taśmie filmowej, przesuwają się gdzieś w dole majestatyczne góry, groźne słone pustynie, błyszczą w słońcu szmaragdowe morza południa. Szczery zachwyt nad piękną przyrodą podany jest w słowach prostych, mocnych, bez tkliwego patosu; znać tu szeroki oddech podniebnych szlaków i zadowolenie z pokonanych trudności. Bo nie trzeba ukrywać: lot nad terenami, gdzie nie można na setkach kilometrów lądować, gdzie pod niskim pułapem chmur można się natknąć na iglicę skalną, lot w chmurach pyłu zwiastującego burzę piaskową, jest groźny i niezwykle trudny. Trzeba zachować trzy kardynalne warunki: orjentację w czasie, w przestrzeni i zupełne opanowanie nerwów.

Najlepiej czytać książkę Karpińskiego z „Atlasem geograficznym" w ręku. Ma

to znaczenie dydaktyczne dla młodzieży, która bez wysiłku, z samego zaciekawienia przyswoi sobie szereg wiadomości w sposób przyjemny. Inaczej musiałaby „na sucho wkuwać", gdy program będzie tego wymagał.

D-R A. GODLEWSKI

„Wychowanie Fizyczne", organ Międzyuczelniany Studjów Wychowania Fizycznego. Zeszyt 1 — 2, styczeń — luty 1936.

Dyrektor Państw. Urz. Wych. Fiz. i P. W. Gen. bryg. J. Olszyna-Wilczyński o wychowaniu fizycznem i sporcie. (Wywiad Polskiego Radja). W wywiadzie tym Pan Dyrektor wypowiedział szereg bardzo cennych myśli w sposób jasny i zdecydowany. Przedewszystkiem scharakteryzował cel sportu polskiego: „Uprawiając sport lub kierując nim, musimy w myśl wskazań Wielkiego Marszałka, zaprząc sport do pracy społecznie pożytecznej. Sport w naszem pojmowaniu musi kształcić, wychowywać, tworzyć i budować, a nie demoralizować, zniekształcać, osłabiać i niszczyć". Sport polski nie jest zupełnie zdrów. „Stan chorobliwy najjaskrawiej uzewnętrznia się w podstawowych komórkach sportowych, czyli w klubach". Następnie Pan Generał stwierdza, że „...słuszny zakaz należenia młodzieży szkolnej do pozaszkolnych klubów sportowych może posłużyć za klasyczny przykład owego nieproduktywnego filozofowania laików. Skoncentrowane ataki niektórych pseudo-działaczy sportowych próbują wbrew wszelkiej logice obalić ten zakaz, chociaż do niczego nie doprowadzą. Opóźniają one tylko wykwit samodzielnego sportu szkolnego, który już oddawna był zapoczątkowany, a który teraz dopiero zaczyna się krystalizować". „Młodzież szkolna więc ani pod własnemi ani pod przybranemi nazwiskami — jak to dotychczas miało miejsce — do klubów pozaszkolnych należeć nie będzie mogła". Wreszcie na zapytanie „...czy odpowiadają prawdzie te wzmianki prasowe, które głosiły, że z objęciem urzędu przez Pana Generała PUWF i PW ciężar swoich poczynań przesunie głównie na przysposobienie wojskowe?" Pan Generał stwierdził „...że wychowanie fizyczne i sport pozostaną w dalszym ciągu jednym z głównych przedmiotów pracy PUWF i PW — równoległym z przysposobieniem wojskowem".

Doc. Missiuro w art. „Czynnik ludzki w racjonalizacji pracy" przedstawia rys historyczny rozwoju badań nad biologicznem podłożem pracy i wynikającemi stąd wnioskami gospodarczemi i higjenicznemi. Zagadnienia te sięgają czasów Galileusza, który zastanawiał się nad zastosowaniem niektórych praw mechaniki do ustrojów ludzkich i zwierzęcych. Montesquie zwrócił uwagę na zależność pomiędzy czynnikiem znużenia, a żywotnością ras. Coulomb, Carnot, Voigt, Pflüger, Zuntz, Tigerstedt, Krogh, Lindhard, Karaffa-Korbut — oto nazwiska uczonych, którzy zajmowali się omawianemi zagadnieniami. System Taylora, chociaż zamało uwzględnił własności biologiczne samego robotnika, stworzył jednak ruch naukowy dookoła zagadnień biologicznego podłoża pracy, który wzbudza coraz większe zainteresowanie w świecie naukowym oraz różniczkuje się na kilka kierunków w zależności od przedmiotu i metod stosowanych. Bogatego materjału do studjów nad człowiekiem dostarcza też „nadzwyczajny rozwój sportu oraz rozpowszechnienie zasad wychowania fizycznego, wyzyskiwanych w całokształcie akcji podniesienia wartości biologicznej oraz pożyteczności społecznej jednostki ludzkiej".

Dwa następne artykuły są pracami badawczemi: Doc. B. Skerlj — „Dobór kobiet do studjów wychowania fizycznego" oraz Dr. W. Czarnocka-Karpińska — „Obserwacje lekarskie na oddziale żeńskim dwuletniego studjum C. I. W. F., Cz. I — zaburzenia miesiączkowania".

Sprawozdanie z VII-go Kongresu W. F. w Brukseli doc. G. Szulca oświetla go z punktu widzenia lekarza-higjenisty.

Szeregu ciekawych faktów z historji w. f. dowiadujemy się z art. „Wychowanie fizyczne na uniwersytecie kopenhaskim" — D. Rosenberga. W roku 1802 Fr. Nachtegall został mianowany profesorem metodyki gimnastyki, ale już w 1804 roku wykłady zawieszono. Dopiero 1907 r. duńskie towarzystwo pedagogiczne złożyło memorjał do władz uniwersyteckich o wprowadzenie gimnastyki. Uznano wtedy gimnastykę za przedmiot dodatkowy, a zrównano ją w roku 1909 powołując docenta anatomji, fizjologji i teorji gimnastyki. W r. 1916 nominację na profesora nadzwyczajnego otrzymuje Lindhard, który na tem stanowisku położył wielkie zasługi dla wychowania fizycznego. Gdy w kwietniu 1935 r. ukończył 65 lat, dobrowolnie powierzył to stanowisko swojemu uczniowi, Hansenowi. Art. mgr. Wł. Wiro-Kiro — „Hokej w szkole" uzupełnia część artykułową.

W dziale sportowym mamy sprawozdanie z przebiegu obrad przedstawicieli P. U. W. F. i P. W., P. Z. N. i Wojska, poświęconych zagadnieniom narciarstwa polskiego, p. t. „Podstawy szkolenia narciarskiego". Następnie przekład art. R. J. Hoke'go z Leibesübungen — „Zasady treningu", S. Wintera — „Co sądzi Birger Ruud o skokach narciarskich" oraz M. Beaujean — „Kolarstwo i pływanie" (Szkic opracowania naukowo-sportowego).

K R O N I K A

WYCHOWANIE FIZYCZNE W ANGLJI

Jakkolwiek nie brakło nigdy w Anglji zrozumienia doniosłej roli ćwiczeń cielesnych w wychowaniu narodu i kształceniu jego charakteru, jakkolwiek istniało wiele towarzystw i klubów sportowych o wysokim poziomie wyszkolenia, to jednak dawał się odczuwać brak ogólnej dyrektywy, koordynującej wysiłki poszczególnych organizacyj. Niedawno dopiero powstała Centralna Rada dla rozrywkowych ćwiczeń cielesnych, w której skład weszło już ponad 80 organizacyj (The Central Council of Recreative Physical Training). W roku 1935 z inicjatywy ówczesnego Księcia Walji, obecnie Króla, utworzono z darów jubileuszowych specjalny Fundusz, przeznaczony na podniesienie rozwoju fizycznego młodego pokolenia. Obecnie nastąpiło ustalenie wytycznych dla całego wychowania fizycznego w szkołach i poza szkołami, dzięki okólnikowi Ministerstwa Oświaty Nr. 1445, przedrukowanemu w całości w The Times Educ. Suppl. z dn. 18 stycznia. Ponieważ trudno nie doceniać doniosłości tego kroku naczelnej władzy wychowawczej dla całej przyszłości narodu angielskiego, warto bliżej zaznajomić się z jego treścią.

Składa się on z siedmiu rozdziałów: 1) ogólny, 2) szkoły powszechne, 3) śred-

nie i zawodowe, 4) po opuszczeniu szkoły, 5) szkolenie nauczycieli, 6) nominacja organizatorów, 7) zakończenie. W rozdziale ogólnym okólnik akcentuje niepodzielność kształcenia ducha i ciała i konieczność ćwiczeń cielesnych nie tylko w szkole, gdzie muszą one stanowić ważny czynnik wychowania, ale i poza szkołą, którą przeważna część młodzieży opuszcza w 14 r. życia, t. j. wtedy, kiedy rozwój fizyczny nie jest jeszcze ukończony. Rozdział drugi i trzeci normuje zakres „czynności fizycznych" w programie szkolnym: w szkole powszechnej, średniej i zawodowej ma być tygodniowo po 3 godz. ćwiczeń cielesnych, 1 godz. pływania i 1 godz. gier. Każda szkoła średnia musi mieć salę gimnastyczną oraz plac odpowiedni do gier sportowych. Specjalnej opiece poleca dalej okólnik bezrobotną młodzież. Choć wiele zdziałano już na tem polu dzięki dobrowolnym organizacjom, dzięki Ministerstwu Pracy i innym władzom, to jednak dużo jeszcze pozostaje do zrobienia dla Lokalnych Władz, które przez swych Organizatorów Wych. Fiz. mogą koordynować poczynania poszczególnych instytucyj, powinny się jednak strzec przed zbytnią centralizacją: „jakiekolwiek naśladownictwo centralistycznych metod, praktykowanych na kontynencie, byłoby zupełnie niewłaściwe. W naszym kraju, jeśli zdrowie młodego pokolenia ma być na takiej uwadze, na jaką zasługuje, każdy okręg musi stworzyć sobie organizację najlepiej dostosowaną do swoich lokalnych warunków". Rozdział piąty zajmuje się szkoleniem nauczycieli ćwiczeń ciel. W szkołach powszechnych nauczyciele, którzy ukończyli The Treining Colleges („Seminarja Naucz."), są odpowiednio przygotowani do udzielania także ćwiczeń cielesnych, natomiast w szk. śr. daje się odczuwać brak nauczycieli, którzyby łączyli ćwiczenia cielesne z innemi przedmiotami. Temu brakowi zamyśla Minist. Ośw. zaradzić, kształcąc absolwentów Uniwersytetów również w wychowaniu fizycznem. Wskazanem jest, żeby nauczyciele odświeżali swe „wiadomości" na kursach wakacyjnych. Ogólny nadzór nad całem wychowaniem fizycznem w okręgu ma spoczywać w rękach Organizatorów Wych. Fiz. Rozdział szósty jest poświęcony określeniu ich zadań i kompetencyj: unifikacje metody kształcenia we wszystkich typach szkół, prowadzenie kursów instruktorskich dla nauczycieli i kierowników klubów, utrzymanie nauki na odpowiednim poziomie i zapewnienie ośrodków i lokali dla ćwiczeń. Wobec takiego poważnego znaczenia organizatorów żałować wypada, że tylko 124 okręgów na 316 wprowadziło już w życie tę instytucję. Dążyć należy do tego, żeby w każdym okręgu był jeden organizator i jedna „organizatorka".
W zakończeniu okólnika mamy jeszcze raz podsumowane główne punkty całego planu i zapowiedziane ogłoszenie programów ćw. ciel. dla chłopców i mężczyzn, dziewcząt i kobiet, jak również wskazówek co do zakładania i urządzania sal gimnastycznych. „Fundamenty pod zupełny i skuteczny system wych. fiz. zostały rzucone; teraz jest zadaniem Władz, nauczycieli i społecznych organizacyj w całym kraju zbudować na tych fundamentach doskonały gmach, który będzie miał nieocenioną wartość w rozwoju zdrowego, szczęśliwego i silnego społeczeństwa".

D-R J. K.

WŁOCHY

Kobieta, sport i macierzyństwo.

We Włoszech lekarzowi, pragnącemu sprawować funkcje lekarza sportowego, stawia się dość wysokie wymagania poza normalnym egzaminem lekarskim.

Winien on posiadać gruntowną znajomość sportów i zdawać sobie sprawę z ich wpływu na ustrój. Innemi słowy, lekarze sportowi muszą się specjalizować, podobnie jak interniści, chirurdzy, neurolodzy i t. d. Jest ich już obecnie we Włoszech tak dużo, że stworzyli związek, który ostatnio zwołał do Rzymu kongres, na którym wygłoszono pod powyższym tytułem referat.

Naogół lekarze we Włoszech powątpiewają, czy uprawianie sportów przez kobiety wpływa dodatnio na ich ustrój fizyczny. Niektórzy nawet wręcz powiadają, że sporty w wysokim stopniu szkodzą kobietom, szczególnie zaś przestrzegają młode dziewczęta przed uprawianiem ćwiczeń sportowych w okresie dojrzewania. Sprawy te uzasadnia profesor Martines na podstawie swych badań, wykonanych w uniwersytecie w Bolonji. Idzie mianowicie o to, że u mężczyzn przejście od dzieciństwa do męskości odbywa się stopniowo i postępuje spokojnie, natomiast u kobiety następuje to gwałtownie, a to w związku z szybkiemi przeobrażeniami ustroju, wywołanemi silną falą hormonów, wydzielanych przez gruczoły płciowe. Dojrzałość kobiety, jak wiadomo, objawia się zmianami w miednicy. Cały ustrój w tym czasie znajduje się w takiej „niepewności", że jest więcej niż kiedykolwiek narażony na możliwości wypaczenia, a zwłaszcza, jeśli idzie o istoty słabsze.

Jeśli zatem praca fizyczna, a więc również ćwiczenia sportowe, nie będą odpowiednio regulowane i racjonalnie dawkowane mogą oddziaływać szkodliwie. W normalnych warunkach wzmocnienie miednicy i dolnych części ciała może być tylko pożyteczne. Profesor Martines zbadał w Bolonji tysiące młodych dziewcząt w wieku od dziesięciu do osiemnastu lat i stwierdził, że te z pośród nich, które uprawiały sporty posiadają lepsze dane do macierzyństwa od innych. Przedewszystkiem posiadały one lepiej rozwiniętą i silniejszą miednicę. Zdaniem tego uczonego, dziewczęta w okresie dojrzewania nie powinny uprawiać sportów, wymagających raptownych wysiłków mięśniowych (skok, bieg), lecz jedynie takie, które równomiernie i spokojnie wpływają na wzmocniene tułowia. Poleca zatem uprawianie gimnastyki, lecz i tu przestrzega, by ostrożnie kroczyć naprzód. W okresie krytycznym, twierdzi, dziewczęta nie powinny być dopingowane i w każdym razie należy je wyłączyć z uczestniczenia w sporcie.

D. R.

SZWECJA

Reorganizacja Królewskiego Instytutu Gimnastycznego w Sztokholmie.

Centralny Instytut w Sztokholmie, założony w r. 1813 przez Piotra Henryka Linga (ojca), twórcę systemu szwedzkiego, przez długie lata zachowywał swą pierwotną organizację. Ostatnio dopiero przedłożono królowi projekt całkowitej jego reorganizacji.

Obecna zmiana przewiduje zupełne rozgraniczenie wykształcenia gimnastyki leczniczej od pedagogicznej. Obydwa te działy będą się w dalszym ciągu znajdowały w zakresie działalności instytutu, lecz będą zupełnie niezależne od siebie. Czas trwania studjów dla sekcji gimnastycznej wynosić ma dwa lata, zaś dla gimnastyki leczniczej około półtora roku. Pragnący posiąść obydwa działy muszą studjować przeto trzy i pół roku.

Warunki przyjęcia do instytutu są następujące: egzamin realny (wykształcenie

średnie w Skandynawji stopnia niższego niż matura) uzupełniony wiadomościami z biologji, higjeny, chemji i fizyki w zakresie, wymaganym do matury. Również świadectwa nauczycielskie seminaryjne mogą być uwzględniane.
Kurs instruktorski dla wojskowych ma być całkowicie wyłączony z instytutu, który na przyszłość ma być jedynie cywilnym zakładem naukowym. Potrzeby wojska w zakresie otrzymywania instruktorów gimnastycznych z wyższemi kwalifikacjami będą zaspakajane przez odkomenderowanie co roku 10-ciu oficerów do instytutu.

AXEL BERG VON LINDE W WARSZAWIE

Dnia 9 i 10 marca bawił w Warszawie, zwiedziwszy uprzednio Poznań i jego okolice, naczelny wizytator wych. fiz. na Szwecję, pierwszy radca ministerjalny w Stockholmie, p. Axel Berg von Linde. Stan wychowania fizycznego, które oglądał w Polsce, sprawił na nim dobre wrażenie. Zachwycał się pięknem



położeniem Seminarjum Nauczycielskiego w Wągrowcu, wielkim rozmachem naszego C. I. W. F. na Bielanach. Szczególnie zaciekawiła go organizacja badań lekarskich instytutu, która w mniemaniu gościa jest najlepszą w Europie. W drugim dniu pobytu w Warszawie przedstawiciele władz szkolnych, Państw. Urzędu W. F. i P. W., C. I. W. F. i osobiście znane gościowi grono wychowawców fizycznych stolicy i Łodzi, podejmowało szwedzkiego Przyjaciela

Polski obiadem w salonach hotelu Europejskiego. Wieczorem tegoż dnia Miły Gość zwiedził gmachy Związku Nauczycielstwa Polskiego. W serdecznym nastroju, przy herbatce, zapoznał się z naszym dorobkiem wydawniczym, który obejmuje dwadzieścia kilka czasopism perjodycznych. Na pamiątkę Zarząd Komisji-Wych. Fiz. Z. N. P. ofiarował p. Axel Berg'owi von Linde ładnie oprawne roczniki organu Komisji — „Wychowanie Fizyczne w Szkole".

KONFERENCJA NAUCZYCIELI(EK) OBWODU WARSZAWSKIEGO

Dnia 22 stycznia b. r. odbyła się konferencja nauczycieli wychowania fizycznego średnich zakładów naukowych. Na zebraniu byli obecni: p. wizytatorka H. Olszewska, jako przewodnicząca, oraz instruktorzy w. f. Kur. Okr. Szk. Warszawskiego, p. p. J. Kutznerówna, M. Krawczyk i F. Wardas. W konferencji uczestniczyli nauczyciele tych gimnazjów położnych poza Warszawą, którzy ze względu na odległość nie mogą uczestniczyć w konferencjach organ. dla nauczycieli Warszawy.

Zagajając konferencję, wiz. Olszewska zwróciła uwagę zebranych na zagadnienia, poruszane w referacie przez panią Kutznerównę, omówienie których z punktu widzenia metodycznego i dydaktycznego posłużyć ma doskonaleniu pracy obecnych. Celem realniejszego wniknięcia w istotę omawianych zagadnień oraz łatwiejszego wyciągnięcia odpowiednich wniosków, dyskusję oparto na lekcjach praktycznych z młodzieżą żeńską i męską, do prowadzenia których zaproszono p. Krzyżanowską i kol. Lechowskiego. Kończąc przemówienie p. wiz. Olszewska zaznaczyła, że podstawą wychowania fizycznego musi być gimnastyka wychowawcza i dopiero poprzez nią, dobrze przygotowana młodzież może z prawdziwem powodzeniem uprawiać gry i sporty „tę nadbudówkę naszej pracy".

P. instr. Kutznerówna w referacie swym scharakteryzowała warunki pracy nauczycieli obwodu i na ich tle — realizację programu. Poruszyła sprawy najbardziej aktualne, niemal powszechne, z jakiemi najczęściej spotykała się w czasie pracy instruktorskiej. Naogół stwierdziła dobre warunki terenowe pracy — boisk, terenów do ćwiczeń polowych, natomiast ze sprawą sal gimnastycznych — jest już znacznie gorzej.

Młodzież pod względem rozwoju fizycznego wyprzedza o rok, a często i o dwa lata swych rówieśników z Warszawy.

Jak wygląda realizacja programu? — Na pierwszy plan wysuwają się gry drużynowe. Niestety, dobór tych gier jest więcej niż skromny. Szkoły żeńskie niemal na wszystkich godzinach grają w siatkówkę, a chłopcy czasem i w... koszykówkę. Uderza jednostronność środków. Sposób prowadzenia gier pozostawia wiele do życzenia, pozatem niedokładnie i źle oznaczone boiska uniemożliwiają wydobywanie z tych gier wartości zarówno wychowawczych, jak ćwiczebnych. Za grami idzie lekka atletyka a następnie pływanie i wioślarstwo. Poziom techniczny i metodykę nauczania stanowczo należy udoskonalać... Kajakarstwo rozwija się dość pomyślnie.

Gimnastyka stawiana jest na ostatniem miejscu, stosuje się ją tylko wtedy, gdy już nic innego robić nie można. Z tego też wynika przypadkowy jej charakter i takież wyniki.

Strona higjeniczna odbywanych ćwiczeń nie jest należycie postawiona — sala, w których odbywają się ćwiczenia, są niedostatecznie wietrzone i czyszczone, stan rzadko używanego sprzętu gimnastycznego (materace, kozły, drabinki, bumy i t. d.) godny pożałowania. Kostjumy uczniów — b. różne, począwszy od zwykłych mundurków szkolnych aż do slipów... co wprost uniemożliwia zbiorowe racjonalne stosowanie ćwiczeń.

Mimo pewnej, a w niektórych wypadkach nawet dużej sprawności ruchowej młodzieży, uzyskiwanej przez uprawianie gier i sportów, postawa tej młodzieży — fatalna. „Kompletni inwalidzi" — to wyniki tej jednostronnej pracy, idącej najczęściej po linji najmniejszego oporu.

Grami gimnastyki wychowawczej zastąpić się nie da.

Następnie prelegentka dała szereg wytycznych i rad do osiągnięcia prawidłowej postawy młodzieży i zwróciła uwagę na konieczność korelacji z kolegami nauczycielami innych przedmiotów nauczania, na konieczne baczenie na postawę młodzieży w normalnych warunkach pracy.

Tok lekcyjny w opracowaniu p. wiz. Olszewskiej rozdano uczestnikom Konferencji.

Lekcja kol. Krzyżanowskiej, prowadzona z dziewczętami kl. III-ej gimnazjum „Współpraca", wykazała, do jakiej kultury i opanowania ruchu można dojść w normalnych warunkach pracy w gimnazjum. Dziewczęta wykonywały ćwiczenia piękne i celowe, o dość dużym stopniu nasilenia z dużą swobodą, wdziękiem i głębokiem przeżyciem. Całość wypadła niezwykle korzystnie.

Kol. Lechowski poprowadził lekcję z chłopcami kl. I-ej gimn. Rejtana. Obok ćwiczeń przeprowadzonych żywo i w dokładnej formie, lekcję ożywiły zabawy, stwarzając nastrój radosnej dyscypliny.

Zarówno referat jak i obie lekcje wywołały ożywioną dyskusję, która, miejmy nadzieję, przyczyni się do wniknięcia w wartości ćwiczebne i wychowawcze gimnastyki pedagogicznej oraz do podniesienia metod naszej pracy.

REDAKTORZY: FELIKS FRANKIEWICZ, TADEUSZ ZYGLER
REDAKTOR ODPOWIEDZIALNY: LUDWIK PAWŁOWSKI

WYDAWCA W IMIENIU ZWIĄZKU NAUCZYCIELSTWA POLSKIEGO: STANISŁAW MACHOWSKI

REDAKCJA RĘKOPISÓW NIE ZWRACA

OD WYDZIAŁU PEDAGOGICZNEGO Z. N. P.

Wydział Pedagogiczny w stałej trosce o poziom treści i formy miesięczników, które są jego organami, oraz o przystosowanie ich jaknajściślejsze do potrzeb pracy zawodowej i samokształceniowej Kol. Kol., zwraca się z prośbą o danie możliwie szybkiej i konkretnej odpowiedzi na postawione niżej pytania.

Jesteśmy przekonani, że Kol. Kol., w zrozumieniu konieczności współpracy z nami dla obustronnego dobra, zechcą wypełnić zawartą na tej kartce krótką ankietę i przesłać ją pod adresem **Wydziału Pedagogicznego Z. N. P.** (Warszawa, ul. Smulikowskiego 1).

1. Które zagadnienia, z omawianych w N-rach 1 — 7 miesięcznika, wydają się Kol. zbędne?

2. Jakie zagadnienia Kol. radby dodać do zawartych w ostatnich siedmiu numerach?

3. Uwagi dowolne na temat treści, poziomu, układu, rozmiarów, szaty zewnętrznej i t. p. tego miesięcznika.